

1月予定献立表(B)

大分市学校給食西部共同調理場

日付	曜	主食	牛乳	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子をととのえるもとになる食品	中学校 エネルギー たんぱく質
9	火	コッペパン		肉団子と季節野菜のスープ ぜんざい	コッペパン じゃがいも 白玉餅 小豆 砂糖	牛乳 肉団子(豚肉・鶏肉)	干し椎茸 人参 しょうが 白菜 大根 小松菜 白ねぎ	747 28.4
10	水	ごはん		いわしのみぞれ煮 根菜ごまキムチ汁 紅白なます	ごはん サラダ油 ごま 砂糖	牛乳 いわし 豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	大根 人参 白ねぎ ごぼう キムチ	705 30.8
11	木	コッペパン		クリームシチュー♥ じゃがいも アーモンド アーモンドいりこ	コッペパン じゃがいも 薄力粉 バター アーモンド 砂糖 ごま	牛乳 鶏肉 チーズ いりこ	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー	763 36.6
12	金	ごはん		トリニータ丼♥ 厚揚げのみそ汁 ぼんかん	ごはん 薄力粉 てんぷん サラダ油 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 厚揚げ みそ	にんにく しょうが なら 人参 大根 白菜 玉葱 ねぎ えのきたけ ぼんかん	739 27.2
15	月	ごはん		だんご汁 ぶりのねぎソースかけ	ごはん やせうま てんぷん サラダ油 砂糖	牛乳 豚肉 みそ ぶり	大根 人参 ごぼう 白菜 干し椎茸 ねぎ 白葱 しょうが	771 30.9
16	火	ミルクパン		ミートスパゲティ♥ 野菜サラダ	ミルクパン スパゲティ サラダ油 砂糖 オリーブ油	牛乳 豚肉 大豆ミート 豚レバー チーズ ロースハム	玉葱 人参 トマト グリーンピース キャベツ ブロッコリー コーン	825 35.5
17	水	ごはん		さばの味噌マヨ焼き 筑前煮 ひじきのり	ごはん サラダ油 マヨネーズ(卵なし) 里芋 砂糖	牛乳 さば 鶏肉 みそ さつまあげ ひじき	玉葱 人参 えのきたけ こんにゃく ごぼう 蓮根 さやいんげん 干し椎茸	750 32.9
18	木	黒砂糖パン		ポトフ ハンバーグトマトソース	黒砂糖パン じゃがいも 砂糖 サラダ油	牛乳 ウインナー 鶏肉 ハンバーグ(豚肉・鶏肉)	人参 白菜 玉葱 大根 小松菜 コーン パセリ トマト	804 36.4
19	金	ごはん		マーボー豆腐♥ 小松菜のソテー	ごはん サラダ油 てんぷん ごま油	牛乳 豆腐 豚肉 みそ 大豆ミート ベーコン	にんにく しょうが 玉葱 人参 干し椎茸 なら 小松菜 コーン	695 30.9
22	月	ごはん		厚揚げの中華煮 春雨サラダ	ごはん サラダ油 ごま油 てんぷん 春雨 砂糖	牛乳 厚揚げ 豚肉 かまぼこ うずら卵 卵 焼き豚	しめじ 玉葱 人参 なら 干し椎茸 しょうが にんにく キャベツ 胡瓜 卵	766 34.0
23	火	丸コッペパン		照り焼きチキン キャベツソテー 白花豆のポタージュ	コッペパン はちみつ サラダ油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ベーコン 白花豆 豆乳	しょうが にんにく りんごビュレ キャベツ 人参 玉葱 パセリ	774 36.1
24	水	ごはん		鹿肉のハヤシライス コールスローサラダ	ごはん サラダ油 マヨネーズ(卵なし) 砂糖	牛乳 鹿肉 ロースハム	にんにく 玉葱 人参 しめじ グリンピース トマト キャベツ 胡瓜 コーン レモン	717 28.6
25	木	コッペパン		鯨の竜田揚げ 野菜スープ はちみつゆずゼリー	コッペパン 米粉 サラダ油 てんぷん じゃがいも ゼリー(砂糖)	牛乳 鯨 鶏肉	しょうが にんにく 白菜 人参 玉葱 大根 小松菜 コーン	742 52.7
26	金	ごはん		チキンカレー 切干大根のソテー	ごはん サラダ油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ベーコン	にんにく しょうが 玉葱 人参 トマト りんごビュレ 切干大根 コーン 小松菜	700 27.5
29	月	ごはん		とり天・一食ボン酢 海部汁	ごはん サラダ油 てんぷら粉 さつまいも	牛乳 鶏肉 団子(いどより・えぞ) みそ	にんにく しょうが 大根 白菜 人参 ごぼう ねぎ	738 30.1
30	火	コッペパン		ポークビーンズ ひじきサラダ 黒豆きな粉クリーム♥	コッペパン サラダ油 じゃがいも 砂糖 マヨネーズ(卵なし)	牛乳 豚肉 大豆 ひじき ヲナ 黒豆きな粉クリーム (きな粉、黒豆)	玉葱 人参 にんにく キャベツ 胡瓜 コーン	858 35.6
31	水	わかめ ごはん♥		ごまだしうどん ブロッコリーとツナのかぼす和え	ごはん うどん ごま 砂糖 サラダ油	わかめ 牛乳 油揚げ えぞ ヲナ	人参 ねぎ 干し椎茸 ブロッコリー コーン かぼす果汁	714 25.1

*都合により献立を変更することがあります。
*この献立は基本献立です。学校毎で行事が違いますので
実施しない日の献立も含まれています。
*魚貝類(えび、いか、たこ、かに含む)は、太字で記載して
います。

リクエストメニュー

1月は、小学6年生と中学3年生のリクエストメニュー
を献立にとりいれました。♥マークがリクエストメニューです。
※献立の都合で、リクエストが多かったメニューだけをとり
いれています。

給食ひろば

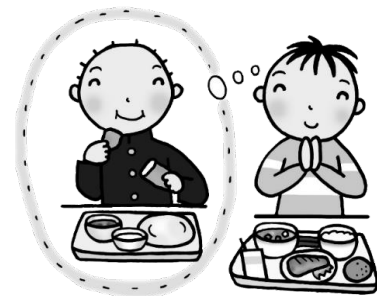
~1月の目標~ 感謝して食べよう

あけましておめでとうございます。
本年もおいしく、安心安全な給食を作ってまいり
ますのでよろしくお願ひいたします。



全国学校給食週間

明治22(1889)年に山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校で
お弁当を持ってこれない貧しい家庭の子どもたちのために社
会事業として昼食を出したのが日本の学校給食のはじまりです。
その後、戦争により一時中断されましたが、戦後、日本の子ども
たちのためにユニセフから小麦粉や脱脂粉乳(スキムミルク)が
寄贈され、再び給食がはじまりました。昭和21(1946)年12月24日
のことです。この日が今に続く学校給食の誕生日になりますが、
多くの学校が冬休みに重なるため、1ヵ月延ばして1月24日を「給食記念日」とし、30日までの
1週間を「全国学校給食週間」にしています。



戦後、学校給食は学校で行う教育の1つに位置付けられました。健康の保持・増進だけでなく、
将来、健康的で望ましい食生活を送るための手本となり、また学校での学びを深めるための生きた
教材としての活用も積極的に行われています。みんなで協力し助け合うことの大切さを学び、自然
の恵みや人々のはたらきに感謝し、ふるさとやさまざまな地域の食文化を理解して未来に伝える、
そして食を通して社会をよく知るといった目標が現在、学校給食には課せられています。子どもた
ちの健やかな体と豊かな心を育むための力となるように日々努力を続けています。

給食が始まったのはいつから？

明治22年(開始時)

- おにぎり
- 塩づけ
- 菜の漬物

昭和20年(戦後再開時)

- 脱脂粉乳(スキムミルク)
- みそ汁

現在

- 地場産物を活用した
さまざまな献立がつくら
れています。